

Des espaces dédiés aux aidants pour...



M'INFORMER ET ME FORMER

- Ressources et informations pratiques pour améliorer son quotidien
- Renseignements sur les différentes aides existantes
- Me former à l'aidance : comprendre la pathologie de mon proche, premiers secours, nutrition...



PRENDRE SOIN DE MOI

- Droit au répit : avoir accès à un moment de respiration
- Écoute attentive et bienveillante
- Accueil personnalisé
- Activités bien-être



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

- Soutien dans mes démarches
- Prendre du recul sur ma situation avec un professionnel



GARDER LE LIEN

- Partage d'expériences et de conseils entre aidants
- Espace convivial, d'échanges et de rencontres
- Activités collectives pour sortir de l'isolement

... mais aussi aux professionnels !

SE RENCONTRER ENTRE PROFESSIONNELS

- Un lieu ouvert aux professionnels pour se rencontrer et échanger
- Création de projets communs en faveur des proches aidants

ACCUEILLIR VOS ACTIONS

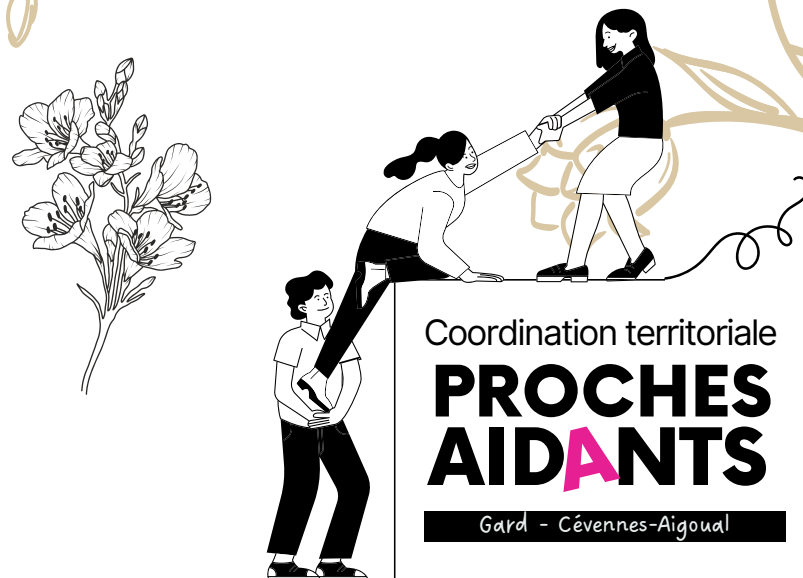
- Permanences
- Actions collectives
- Ateliers et séminaires sur différentes thématiques



ESPACE RESSOURCES PASSERELLE AIDANTS

CÉVENNES-AIGOUAL

MAI 2026



13, Bd des Châtaigniers - 30 120 Le Vigan



06.18.79.88.70



aidants@mas-cavailiac.com



-LE PLANNING-

MAI 2026

-PASSERELLE AIDANTS -ERA-

LUNDI

04/05

ATELIER COUTURE

11/05

"PORTE-FLYERS"

18/05

"LE CIEL À PORTÉE DE MAIN"

MERCREDI

06/05

LE CAFÉ DES AIDANTS 9H30

14H

CHASSE AU TRÉSOR
INTERGÉNÉRATIONNELLE

13/05 & 27/05

"LA BOÎTE À CONTES"

20/05 TEMPS D'ÉCOUTE & SOUTIEN
PSYCHOLOGIQUE SUR RDV

JEUDI

07/05

"ENTRE POTS ET POTES"

21/05

CINÉ DÉBAT "MON VIEUX"
CINÉMA LE PALACE DE 14H30 À 17H30.

28/05

"LA FRESQUE DES BOUCHONS"

VENDREDI

29/05

"LA FRESQUE DES
BOUCHONS"



06.18.79.88.70



aidants@mas-cavailiac.com



HORAIRES ATELIERS 14H_16H



Passerelle Aidants